

VISIT...

LANZAROTE
Caliente.COM

ВОЕННЫЙ ДВАЖДЫ КРАСНОЗНАМЕННЫЙ
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

ТЕОРИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
ВОЙСК

ЧАСТЬ I

Учебник для курсантов и слушателей
института

Издание 5-е, переработанное и
дополненное

Под редакцией Л. А. ВЕЙДНЕР-ДУБРОВИНА,
В. В. МИРОНОВА и В. А. ШЕЙЧЕНКО

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ
1992

Настоящее издание учебника обусловлено дальнейшим развитием теории и практики физической подготовки военнослужащих, введением в действие новых руководящих документов и учебных программ, требованиями новой военной доктрины к физической готовности военных специалистов.

Опыт боевых действий последних лет в экстремальных экологических условиях поставил перед необходимостью научных обоснований соответствующей физической подготовки военнослужащих. Данное требование реализовано в подготовленном учебнике. В нем общетеоретические основы физической подготовки рассмотрены на современном уровне – с учетом достижений биологических наук, закономерностей адаптационных процессов. Указанный подход позволяет обеспечивать эффективную физическую подготовку к боевым действиям военнослужащих практически любой воинской специальности.

Учебник предназначен для курсантов и слушателей Военного дважды Краснознаменного института

физической культуры. Он может быть использован также офицерами-специалистами физической подготовки и спорта войск, военно-учебных заведений, спортивных клубов армии и флота.

Подготовлен учебник на основе материалов учебника 5-го издания. Переработка, редакция указанных материалов, их дополнение выполнены профессорами Ендальцевым Б.В., Мироновым В.В., Панасюком В.П.

Авторство исполнителей учебника 5-го издания полностью сохраняется.

ВВЕДЕНИЕ

События в мире, в нашей стране свидетельствуют о том, что России необходима хорошо обученная, современная Армия. В новой военной доктрине одной из главных определена задача формирования частей постоянной боевой готовности.

Боевая готовность военнослужащих обеспечивается многими факторами, особое место среди которых занимает физическая подготовка войск, являющаяся одним из основных предметов боевой подготовки, важной и неотъемлемой частью системы боевого совершенствования личного состава армии и флота.

Решающая роль в совершенствовании организации и проведения физической подготовки в войсках и военно-учебных заведениях принадлежит офицерам — специалистам по физической подготовке и спорту. В настоящее время к ним относятся:

начальники физической подготовки и спорта воинских частей, соединений и объединений, офицеры — специалисты управлений боевой подготовки военных округов (групп войск, флотов) и видов Вооруженных Сил;

преподаватели, старшие преподаватели, заместители начальников и начальники кафедр (циклов) физической подготовки и спорта военно-учебных заведений;

начальники спортивных клубов

армии (флота), их заместители, старшие тренеры и тренеры спортивных клубов армии (флота);

офицеры — специалисты по физической подготовке и спорту специальных лечебно-профилактических учреждений и военно-туристических баз;

офицеры — специалисты по физической подготовке и спорту Военного института физической культуры, главных и центральных управлений Вооруженных Сил.

Офицеры — специалисты по физической подготовке и спорту являются главным связующим звеном в числе всех должностных лиц, участвующих в управлении физическим совершенствованием личного состава армии и флота. Это предъявляет особые требования к их военно-специальному образованию. Необходимое образование в области управления физической подготовкой военнослужащих большинства офицеров — специалистов по физической подготовке и спорту получают в Военном институте физической культуры.

Всесторонняя теоретическая и

практическая подготовленность выпускников института к специфической управленческой деятельности достигается путем усвоения и творческого использования многих отраслей научных знаний. В их число входит также теория и организация физической подготовки войск, являющаяся для курсантов и слушателей профилирующей военно-специальной дисциплиной, изучение которой играет ведущую роль в военно-профессиональном становлении будущих офицеров — специалистов по физической подготовке и спорту армии и флота.

Глава I|
ТЕОРИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
ВОЙСК КАК НАУЧНАЯ И УЧЕБНАЯ
ДИСЦИПЛИНА

§ 1. ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ,
ПРЕДМЕТ И СОДЕРЖАНИЕ ТЕОРИИ
И ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВКИ ВОЙСК

Теория и организация физической подготовки войск, как и каждая научная и учебная дисциплина, имеет свои определенные понятия, предмет и содержание.

Основные понятия теории и
организации
физической подготовки войск

Основными понятиями теории и организации физической подготовки войск являются: физическое состояние, физическое совершенствование, физическая подготовка.

Физическое состояние — это совокупность показателей, характеризующих физическое развитие, функциональное состояние организма и

физическую *подготовленность*
военнослужащих.

Физическое развитие характеризуется антропометрическими (морфологическими) особенностями человека. Основными признаками физического развития являются: рост, вес, окружность груди, развитие костно-мышечной системы, пропорциональность тела и его частей.

Функциональное состояние организма военнослужащих характеризуется степенью функциональной полноценности всех внутренних органов и систем, их устойчивостью к воздействию неблагоприятных факторов военно-профессиональной деятельности, а также наличием или отсутствием каких-либо заболеваний.

Свойства организма, обеспечивающие его устойчивость к воздействию определенных неблагоприятных факторов военно-профессиональной деятельности, называются *специальными качествами*. К основным из них относятся: устойчивость к укачиванию, перегрузкам и

кислородному голоданию. Устойчивость к укачиванию определяется способностью организма стойко переносить воздействие ускорений, возникающих в условиях специфической деятельности: в полете, на корабле, в боевых машинах. Устойчивость к перегрузкам— это свойство организма противостоять действующим на него инерционным силам ускорения. Устойчивость к кислородному голоданию — способность военнослужащих действовать в условиях недостатка кислорода.

Физическая подготовленность военнослужащих характеризуется уровнем развития физических качеств и степенью сформированности двигательных навыков.

Физические качества — это свойства организма, обеспечивающие двигательную деятельность военнослужащего. К основным физическим качествам относятся: выносливость, сила, быстрота и ловкость. Выносливость определяется способностью военнослужащего противостоять утомлению в процессе военно-профессиональной деятельности.

Сила определяется способностью военнослужащего преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных усилий. Быстрота определяется способностью военнослужащего совершать двигательные действия в минимальное время. Ловкость определяется способностью военнослужащего выполнять движения координированно и точно, а также своевременно и рационально справляться с новой, неожиданно возникшей задачей.

Двигательные навыки — это доведенные до автоматизма практические действия, выполняемые в соответствии с поставленной задачей. Двигательные навыки военнослужащих подразделяются на общие и военно-прикладные. К общим двигательным навыкам, сформированным, как правило, еще до службы в армии и на флоте, относятся навыки в ходьбе, беге, лазании, ползании, плавании, метании и т. п. К основным военно-прикладным двигательным навыкам относятся навыки в передвижении на лыжах, совершении марш-бросков, преодолении препятствий,

военно-прикладном плавании,
рукопашном бою.

Физическое совершенствование — это процесс улучшения физического состояния военнослужащих, а также формирования связанных с ним убеждений, потребностей, знаний и умений в результате систематического выполнения физических упражнений. При выполнении физических упражнений улучшение физического состояния военнослужащих осуществляется в неразрывной связи с совершенствованием других показателей их боеспособности.

Физическая подготовка — это процесс физического совершенствования военнослужащих с учетом особенностей их военно-профессиональной деятельности. Использование понятия «физическая подготовка» подчеркивает прикладную направленность (специализированность) процесса физического совершенствования военнослужащих. Наряду с физической подготовкой военнослужащих существуют такие понятия, как физическая подготовка космонавтов, водолазов, геологов и других

специалистов, отличающихся сложными условиями профессиональной деятельности.

Понятие «физическая подготовка» имеет много значений. Так, оно употребляется как наименование: во-первых, одной из составных частей системы боевого совершенствования войск (системы воинского обучения и воспитания); во-вторых, одного из предметов боевой подготовки войск; в-третьих, одной из учебных дисциплин в военно-учебных заведениях; в-четвертых, процесса физического совершенствования военнослужащих; в-пятых, всей системы мероприятий, связанных с физическим совершенствованием личного состава, а также с руководством данным процессом, его организацией, обеспечением и проведением; в-шестых, результата процесса физического совершенствования военнослужащих. Однако в последнем случае применение понятия «физическая подготовка» нецелесообразно, так как это приводит к определенному смешению двух совершенно разных явлений — педагогического процесса и результата данного процесса.

Предмет теории и организации физической подготовки войск

Предмет той или иной дисциплины — это те объективные явления, их связи и отношения, которые отличают одну область знаний от другой, придают учебным дисциплинам качественное своеобразие.

В физической подготовке войск определяющее значение имеют связи и отношения между постоянно изменяющимися требованиями современного боя к физическому состоянию военнослужащих, фактической физической пригодностью нового пополнения армии и флота, деятельностью соответствующих должностных лиц по управлению процессом физического совершенствования военнослужащих и реальными возможностями осуществления физического совершенствования личного состава в условиях армейской и флотской службы (рис. 1).



Рис. 1. Основные связи и отношения, анализируемые теорией и организацией физической подготовки войск

Теория и организация физической подготовки войск призвана дать научно-теоретическое объяснение и истолкование данных связей и отношений, вскрыть существующие закономерности и обосновать пути их реализации в процессе физической

подготовки.

Следовательно, предметом теории и организации физической подготовки войск являются закономерности процесса физического совершенствования военнослужащих и управления этим процессом.

Данный предмет является единым для теории и организации физической подготовки войск и как научной, и как учебной дисциплины. Вместе с тем, понятие «научная дисциплина» гораздо шире, чем понятие «учебная дисциплина». Из всего многообразия результатов научных исследований и достижений практики в содержание теории и организации физической подготовки войск как учебной дисциплины включены лишь наиболее важные и принципиальные положения, имеющие первостепенное значение для организации, обеспечения и проведения физической подготовки в воинских частях и военно-учебных заведениях в соответствии с объективными требованиями боевой деятельности к физическому состоянию военнослужащих.

Теория физической подготовки

войск представляет собой динамичную систему современных научных положений, раскрывающих сущность физического совершенствования военнослужащих. Она создает теоретическую базу для повышения эффективности процесса физического совершенствования личного состава, для обобщения всех имеющихся достижений в практике руководства, организации, обеспечения и проведения физической подготовки в войсках и военно-учебных заведениях.

Организация же физической подготовки, являясь основой служебной деятельности большинства офицеров-специалистов и реализуя соответствующие закономерности их управленческих действий в виде ситуационных задач, трансформирует общетеоретические положения в конкретные практические рекомендации. Она устанавливает различные частные закономерности управления обучением, развитием, воспитанием и слаживанием военнослужащих и, в свою очередь, дает соответствующий материал для общетеоретических обобщений.

Все это обуславливает их органичное единство и существование в рамках одной научной и учебной дисциплины — теории и организации физической подготовки войск.

Содержание теории и организации физической подготовки войск

К основным вопросам, составляющим содержание теории и организации физической подготовки войск, относятся следующие:

место и, значение физической подготовки в системе боевого совершенствования войск;

влияние физической подготовки на боеспособность войск;

структурно-функциональный состав системы физической подготовки военнослужащих;

факторы, влияющие на систему физической подготовки войск;

цель, задачи, принципы, средства, методы и формы физической подготовки в армии и на флоте;

основы служебной деятельности офицеров — специалистов по физической

подготовке и спорту.

Таким образом, теория и организация физической подготовки войск формирует у обучаемых совокупность фундаментальных знаний и организаторско-методических умений, определяющих успешность их практической деятельности по управлению процессом физического совершенствования военнослужащих.

§ 2. СТАНОВЛЕНИЕ ТЕОРИИ И ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОЙСК КАК ПРОФИЛИРУЮЩЕЙ ВОЕННО-СПЕЦИАЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Возникновение и развитие теоретических основ физической подготовки войск обусловлено несколькими тесно взаимосвязанными факторами, главными из которых являются:

необходимость подготовки специальных кадров в области физического совершенствования военнослужащих, усиление роли теоретических знаний в обеспечении их

готовности к военно-профессиональной деятельности;

накопление научных данных о закономерностях процесса физического совершенствования военнослужащих, управления данным процессом и оформление их в самостоятельную отрасль знаний;

конкретизация значения и места теории и организации физической подготовки войск в общей системе обучения и воспитания будущих офицеров—специалистов по физической подготовке и спорту.

История военно-физкультурного образования в России начинается с организации первых команд, и школ при военно-учебных заведениях и отдельных воинских частях, которые готовили мониторов — помощников учителей по фехтованию (1816—1821 гг.), гимнастике (1832 г.), плаванию (1836 г.). В этих командах и школах, а также в других, несколько позже созданных учебных заведениях (на курсах кантонистов, в Стрелковой офицерской школе, Фехтовально-гимнастическом кадре, Гимнастической команде и др.) обучение

инструкторских кадров носило преимущественно практический характер, теоретических занятий как таковых проводилось мало.

Важное значение для улучшения качества подготовки специалистов, развертывания научных исследований в области физического совершенствования военнослужащих, создания курса теоретических основ физической подготовки войск имела научная, организаторская, преподавательская и публицистическая деятельность М.И. Драгомирова П.Ф. Лесгафта и А.Д. Бутовского.

В частности, идеи генерала М.И. Драгомирова нашли свое отражение в усилении прикладности содержания программ обучения воспитанников русских военно-спортивных учебных заведений. П.Ф. Лесгафт в 1877—1885 гг. принимал непосредственное участие в организации различных военно-физкультурных школ и курсов для офицеров кадетских корпусов, войск Гвардии и Петербургского военного округа, а в дальнейшем читал для них теоретический курс физической

подготовки. Генерал А.Д. Бутовский был выразителем прогрессивных взглядов на физическую подготовку войск и написал более 70 трудов. Он разрабатывал руководящие документы, программы, руководил созданными им курсами офицеров—воспитателей по физической подготовке, преподавал курс истории, теории и методики физических упражнений.

Особое значение для развития теории и организации физической подготовки войск как научной и учебной дисциплины имело создание высшего спортивного военно-учебного заведения — Главной гимнастическо-фехтовальной школы (1909 г.), одной из основных задач которой наряду с подготовкой учителей гимнастики и фехтования являлось «обсуждение и практическое испытание усовершенствований в области физического развития в России и за границей».

В программу обучения слушателей школы был включен такой предмет, как «История и методика телесных упражнений». Его преподавали А.Д. Бутовский и П.Н. Бокин. Однако в этот

период достаточно обоснованной целостной системы взглядов на физическую подготовку войск еще не было.

Новый этап в становлении теории и организации физической подготовки войск начинается с создания в 1918 г. Рабоче-Крестьянской Красной Армии. Система физической подготовки красноармейцев впитала в себя богатый опыт боевой подготовки русской армии и флота, прогрессивные идеи выдающихся государственных и общественных деятелей, полководцев и флотоводцев России, прежде всего таких, как Петр I, П.А. Румянцев, А.В. Суворов, М.И. Кутузов, Ф.Ф. Ушаков, М.П. Лазарев, П.С. Нахимов, С.О. Макаров. Важный вклад в теорию и практику физической подготовки Красной Армии внесли Н.И. Подвойский, М.В. Фрунзе и др.

Во всех вновь созданных военно-спортивных учебных заведениях в содержание программ обучения слушателей и курсантов включались теоретические основы физической подготовки войск. Так, например, в Главной военной школе физического

образования трудящихся (1921—1923 гг.) изучались такие вопросы, как теория, история, организация и систематика физической культуры, методика физических упражнений. Главная военная школа принимала активное участие в разработке Руководства по физической подготовке в РККА. В ней под руководством В.В. Гориневского проводились различные научные исследования. В Московской имени В.И. Ленина военно-окружной школе физического образования в 1922 г. был введен курс «Теоретические основы и организация физической культуры», а в 1923 г. — «Теория физических упражнений и организация физической подготовки в Красной Армии». Данные дисциплины выносились на выпускные экзамены. В связи с этим появилась возможность существенно углубить теоретические знания слушателей и способствовать достижению единства теории и практики в подготовке будущих специалистов.

К 1925 г. в Красной Армии сложилась цельная система физической подготовки личного состава. Она

получила теоретическое обоснование в пособии «Теория и практика физических упражнений», написанном коллективом авторов, а также в книге Г. А. Калачева «Система физической подготовки в РККА».

Учебный план Курсов физического образования командного состава РККА имени В.И. Ленина включал такие дисциплины, как «Теория физических упражнений», «История и организация физических упражнений».

Дальнейшее развитие теории и организации физической подготовки войск произошло в период 1932—1947 гг. в связи с созданием и деятельностью Краснознаменного военного факультета имени В.И. Ленина при Центральном институте физической культуры.

В учебном плане факультета 1933 г, была представлена такая дисциплина, как «История, организация и методика физической культуры». В результате развертывания научных исследований, разработки наставлений и других руководящих документов по физической подготовке для армии авиации и флота эта дисциплина к концу 30-х годов

постепенно наполнилась новым, более прикладным для войск содержанием. Она получила наименование «Методика физического воспитания и организация физической подготовки в РККА». В 1940 г. на нее было выделено 90 часов учебного времени. В годы Великой Отечественной войны дисциплин; «Организация и методика физической подготовки» на факультете преподавал В.И. Сухоцкий.

В 1947 г. был создан Краснознаменный военный институт физической культуры и спорта имени В.И. Ленина, в составе которого впервые сформирована кафедра истории организации и методики физической подготовки. Учебная программа по теории, организации и методике физической подготовки включала 4 раздела: общие основы теории физического воспитания; организацию физического воспитания в СССР; методику обучения физическим упражнениям и тренировки; организацию и методику физической подготовки. В 1955 г. впервые вышел в свет учебник для курсантов и слушателей института

«Организация и методика физической подготовки», написанный преподавателями кафедры под редакцией В.И. Сухоцкого.

Во второй половине 50-х гг. под руководством А.А. Братцева были разработаны новые учебные программы и существенно повышены требования к качеству преподавания теории и организации физической подготовки войск.

Необходимо отметить, что в период с 1947 по 1960 г. слово «теория» в наименовании учебной дисциплины употреблялось применительно не столько к физической подготовке военнослужащих, сколько к физическому воспитанию в СССР. В результате развертывания в 50—60-е годы многочисленных экспериментальных исследований по наиболее принципиальным вопросам физической подготовки личного состава всех видов Вооруженных Сил СССР (Ю.П. Астанин, Л.А. Вейднер-Дубровин, В.М. Выдрин, Т.Т. Дзамгаров, Н.И. Гордеев, Н.В. Зимкин, А.В. Коробков, Ф.М. Кузнецов, Б.А. Лампусов и др.) и их глубокого

теоретического обобщения теория и организация физической подготовки войск стала оформляться в самостоятельную научную дисциплину, в специальную отрасль научных знаний.

В 1963 и 1968 гг. вышли в свет новые издания учебника для курсантов и слушателей института (руководители авторских коллективов — А.А. Братцев и Л.А. Вейднер-Дубровин), а в 1964 г. — монография «Вопросы научного обоснования физической подготовки в Вооруженных Силах СССР». Это существенно усилило профилирующую роль учебной дисциплины в обучении будущих офицеров — специалистов по физической подготовке и спорту.

В 70-е годы в программе по теории и организации физической подготовки войск были более широко использованы новые научные данные, усилена значимость вопросов организации физической подготовки и организаторской деятельности офицеров — специалистов по физической подготовке и спорту, повышена роль дисциплины в формировании у курсантов и слушателей ряда

организаторско-методических умений, предусмотрена специализация обучаемых по видам Вооруженных Сил.

В 1980 г. было опубликовано 4-е издание учебника «Теория и организация физической подготовки войск» (под редакцией Л.А. Вейднер-Дубровина). В последующие годы значительно активизировалась работа по усилению прикладности содержания дисциплины, по более широкому внедрению в учебный процесс активных методов обучения.

В 1992 г. вышло 5-е издание учебника «Теория и организация физической подготовки войск», часть I; в 2001 г. – часть II.

Теория и организация физической подготовки войск в соответствии со своим содержанием и в связи с существенным увеличением учебного времени, выделяемого на ее освоение, в настоящее время по праву является основной учебной дисциплиной в системе подготовки курсантов и слушателей института.

**§ 3. ВЗАИМОСВЯЗЬ ТЕОРИИ И
ОРГАНИЗАЦИИ
ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
ВОЙСК С ДРУГИМИ ОТРАСЛЯМИ
НАУЧНЫХ ЗНАНИЙ И
ПРАКТИКОЙ ФИЗИЧЕСКОГО
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ
ВОЕННОСЛУЖАЩИХ**

Теория и организация физической подготовки войск как научная и учебная дисциплина прежде всего тесно связана с философией, экономической теорией, политологией, социологией и другими общественными науками и дисциплинами.

Философия как наука о всеобщих законах развития природы, общества и познания дает возможность: изучать физическую подготовку войск наиболее полно и всесторонне, во взаимосвязи с другими явлениями и процессами, с учетом присущих ей внутренних и внешних противоречий; определять внутреннюю взаимосвязь и взаимообусловленность различных ее средств, методов и форм; прослеживать специфические особенности и этапы перехода количественных изменений,

вызванных применением физических упражнений! в качественные, характеризующие физическое состояние военнослужащих; рассматривать физическую подготовку постоянном изменении и развитии и, исходя из этого, определять ведущие тенденции ее совершенствования.

Экономическая теория позволяет более глубоко раскрыть общественно-экономические основы физической подготовки войск, ее зависимость от совокупности производительных сил и производственных отношений. Другие общественные науки и дисциплины дают возможность обосновывать социальный статус физической подготовки войск, ее предназначение и социальные функции.

В качестве исходных предпосылок теории и организации физической подготовки войск выступает также ряд гуманитарных, военных и естественных наук.

Возникнув на стыке педагогики, теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки, теория и организация физической

подготовки войск органически связана и с этими отраслями знаний.

Физическому совершенствованию военнослужащих присущи общие закономерности военно-педагогического процесса, базируясь на которых теория и организация физической подготовки войск широко использует принципы, методы и формы обучения и воспитания личного состава армии и флота. Специфические закономерности физической подготовки военнослужащих, в свою очередь, учитываются военной педагогикой, конкретизируя, развивая и обогащая тем самым общую теорию воинского обучения и воспитания.

Исходя из общих закономерностей управления процессом физического совершенствования человека, в теории и организации физической подготовки войск творчески используются методы развития и совершенствования физических качеств и двигательных навыков, принципы спортивной тренировки и общие положения теории физического воспитания.

Теория и организация физической подготовки опирается на данные

психологии (общей, военной и спортивной). Процесс физической подготовки связан с воздействием не только на двигательную сферу, но и на психику военнослужащих. Поэтому специфические закономерности физического совершенствования военнослужащих могут быть глубоко вскрыты, правильно поняты и широко, использованы лишь с учетом общих законов развития психики человека, а также особенностей протекания психических процессов в условиях воинской и спортивной деятельности.

Теория и организация физической подготовки войск широко использует также факты и выводы многих практических военно-специальных дисциплин: преодоления препятствий, рукопашного боя, лыжной подготовки, гимнастики и др. По своему предмету изучения эти отрасли знания более узкие, чем теория и организация физической подготовки войск, так как они изучают специфические закономерности совершенствования военнослужащих в определенных видах физических упражнений. Базируясь на выводах

теории и организации физической подготовки войск, эти учебные дисциплины вместе с тем сами приобретают для нее важное значение, так как являются фактическим материалом, позволяющим сделать многие общетеоретические обобщения.

Составляя лишь небольшую часть общей системы военных наук, теория и организация физической подготовки войск тесно связана со многими ее отраслями. Только на их основе, используя специальные методы исследования, можно конкретизировать место и значение физической подготовки в системе боевого совершенствования войск, ее роль в повышении боеспособности военнослужащих, анализировать и раскрывать требования современного боя к физическому состоянию военнослужащих, обосновывать критерии оценки их физической подготовленности.

Теория и организация физической подготовки войск, раскрывая особенности процесса физического совершенствования военнослужащих, основывается при этом и на данных медико-биологических

дисциплин, так как многие педагогические закономерности могут быть правильно поняты и усвоены лишь с учетом общих биологических законов развития человека. Эти дисциплины в своей совокупности составляют естественно-научную основу теории и организации физической подготовки войск.

Взаимосвязь теории и организации физической подготовки войск с другими учебными дисциплинами по срокам и последовательности их изучения обеспечивается:

во-первых, предварительным изучением дисциплин, знание которых необходимо для глубокого усвоения теоретических и управленческих основ физической подготовки военнослужащих;

во-вторых, последующим изучением дисциплин, для освоения которых требуется знание соответствующих вопросов теории и организации физической подготовки войск;

в-третьих, комплексированием действий преподавателя кафедры теории и организации физической подготовки

войск и кафедр практических военно-специальных дисциплин при проведении занятий по соответствующим темам.

В результате изучения теории и организации физической подготовки войск выпускники института должны приобрести не только широкий теоретический кругозор, твердые знания теоретических основ физического совершенствования военнослужащих, но и прочные организаторско-методические навыки, быть способными творчески применять приобретенные знания и умения при выполнении соответствующих функциональных обязанностей.

Важное значение теории физической подготовки войск для практики физического совершенствования личного состава армии и флота заключается в том, что она позволяет:

познавать объективные закономерности улучшения физического состояния военнослужащих и на основе их использования повышать эффективность процесса физической

подготовки;

предвидеть ход событий и в зависимости от характера и степени использования различных средств, методов и форм прогнозировать результаты обучения, развития, воспитания и слаживания личного состава в процессе физической подготовки;

активно воздействовать на процесс физического совершенствования военнослужащих в соответствии с поставленными задачами, находить наиболее эффективные пути повышения физической подготовленности личного состава в различных условиях, т. е. целенаправленно и оперативно управлять процессом физической подготовки;

ясно представлять себе проблемные вопросы физической подготовки, видеть перспективы ее дальнейшего совершенствования и на этой основе проявлять разумную инициативу и творчество при организации, обеспечении и проведении физической подготовки;

уметь убеждать командиров (начальников) и весь личный состав в важном значении физической подготовки для повышения боеспособности войск, в

необходимости систематических занятий физическими упражнениями.

Опыт передовых офицеров — специалистов по физической подготовке и спорту свидетельствует о том, что обеспечение должного уровня физической подготовленности личного состава возможно лишь в том случае, если процесс физического совершенствования военнослужащих строится в соответствии с основными положениями теории и организации физической подготовки войск.

Вместе с другими отраслями научных знаний и учебными дисциплинами теория и организация физической подготовки войск определяет научные и организационно-методические основы физического совершенствования личного состава армии и флота.

КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ И ВОПРОСЫ

1. Дайте определение и краткую характеристику основным понятиям теории и организации физической подготовки войск.

2. Что понимается под

предметом теории и организации физической подготовки войск?

3. Почему теория и организация физической подготовки войск является профилирующей дисциплиной в обучении слушателей и курсантов института?

Глава II
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
—
СОСТАВНАЯ ЧАСТЬ
СИСТЕМЫ
БОЕВОГО
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ВОЙСК

§ 1. ОБЪЕКТИВНАЯ
НЕОБХОДИМОСТЬ
ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В
СИСТЕМЕ БОЕВОГО
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ВОЙСК

Боевое совершенствование войск является одним из главных видов военно-профессиональной деятельности - напряженного труда всех военных специалистов по приведению Вооруженных Сил в состояние, обеспечивающее надежную защиту государства. Основу боевого совершенствования войск составляет всесторонняя подготовка военнослужащих в воинских частях и подразделениях.

Многовековой опыт ведения вооруженной борьбы и бое вой

подготовки армии и флота свидетельствует о том, что физическая подготовка военнослужащих всегда была важной составной частью системы боевого совершенствования войск. Большое значение она имеет и на современном этапе. Это вытекает из роли физической готовности военнослужащих в структуре боевой готовности войск.

Физическая готовность военнослужащих в структуре боевой готовности войск

Самым широким понятием, характеризующим совокупность материальных и духовных сил общества, которые могут быть использованы государством для ведения войны, является «военная мощь». Именно в этой категории находит свое выражение многогранная деятельность всего народа по укреплению безопасности нашего государства. Военная мощь демократического общества направлена на сохранение мира, поэтому чаще всего ее называют оборонной мощью, обороноспособностью страны.

В военной литературе

обороноспособность страны принято раскрывать через совокупность определенных потенциалов — морально-политического, экономического, научного, социального и собственно военного. Потенциал в широком смысле слова — это запасы, силы, средства, которые могут быть реализованы и использованы для осуществления какой-либо деятельности, в данном случае — для защиты государства и его союзников.

Главным слагаемым обороноспособности является военный потенциал государства. Он характеризует возможности общества содержать и совершенствовать вооруженные силы, повышать их боевые свойства, пополнять обученными кадрами, снабжать современным оружием и боевой техникой, всеми видами довольствия как в мирное, так и военное время, а также отображает мобилизационные возможности страны.

Сердцевиной военного потенциала, его важнейшей составной частью является боевой потенциал — совокупность материальных и духовных

элементов, определяющих возможность вооруженных сил выполнять стоящие перед ними задачи. Боевой потенциал реализуется в боеспособности вооруженных сил — совокупности показателей, определяющих способность войск и сил флота вести боевые действия, выполнять поставленные боевые задачи.

Все государства обладают той или иной обороноспособностью, а их вооруженные силы — той или иной боеспособностью, но не у всех из них и не всегда они достигают такого уровня, который обеспечивал бы соответственно надежную защиту от посягательств вероятных противников и спешное ведение боевых действий в современной войне. Поэтому для характеристики достаточно высокого уровня развития рассмотренных выше показателей используются такие понятия, как «оборонная готовность государства», «военная готовность государства», «боевая готовность вооруженных сил» (рис. 2).



Рис. 2. Соотношение понятий, отражающих возможности государства и его вооруженных сил по ведению военных действий

Боевая готовность вооруженных сил определяется количественным и качественным состоянием центрального аппарата, каждого из видов вооруженных сил. Боевая готовность видов вооруженных сил, объединений, соединений, воинских частей и подразделений соответственно обусловливается состоянием входящих в их состав воинских единиц. В настоящее время боевая готовность войск понимается как такое количественное и качественное их состояние, которое обеспечивает, во-первых, готовность к своевременному началу боевых действий, во-вторых, готовность к успешному

ведению современного боя.

В структуре боевой готовности войск (объединений, соединений, воинских частей и подразделений) выделяются три основных компонента: готовность личного состава, готовность материально-технических средств, готовность организационных форм (рис. 3).

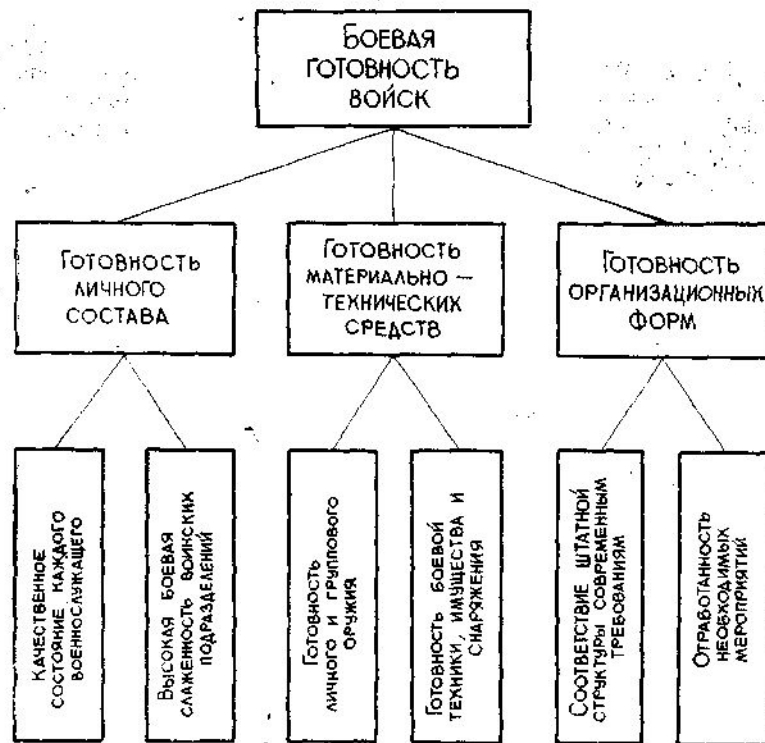


Рис. 3. Структура боевой готовности войск

Готовность личного состава главным образом определяется качественным состоянием всех военнослужащих, входящих в состав соответствующих воинских подразделений. В то же время здесь необходимо учитывать и то обстоятельство, что подразделение, как и любой другой коллектив, не только состоит из отдельных лиц, но и выражает сумму тех связей и отношений, в которых они находятся друг к другу. Поэтому готовность личного состава зависит также и от уровня его боевой сработанности, боевой сплоченности, в основе которых

лежит всесторонняя совместимость членов воинских коллективов. Боевая слаботанность определяется степенью натренированности военнослужащих в совместной деятельности, уровне сформированности у них навыков коллективных действий. Боевая сплоченность характеризуется теснотой взаимоотношений и глубиной взаимопонимания военнослужащих, наличием взаимопомощи между ними, единством их устремлений к решению стоящих перед коллективом задач. Совместимость обуславливается идеологическим, нравственным, психологическим психофизиологическим соответствием военнослужащих друг другу, взаимоприемлемостью различных привычек и поведения. Все это находит выражение в понятии «боевая слаженность» (рис. 4).

В целом готовность личного состава характеризуется совокупностью индивидуальных готовностей каждого военнослужащего и необходимой боевой слаженностью воинских подразделений.

Готовность материально-технических средств

определяется наличием и соответствующим состоянием личного и группового оружия, а также боевой техники, имущества и снаряжения.

Готовность организационных форм определяется соответствием штатной структуры объединений, соединений, воинских частей и подразделений задачам и условиям их боевого применения, отработанностью необходимых управленческих и мобилизационных мероприятий.

Степень значимости отдельных слагаемых в структуре боевой готовности воинских частей и подразделений различных видов Вооруженных Сил, родов войск (сил флота) к специальным войскам неодинакова. Она обуславливается спецификой их боевого применения в мирной и военной обстановке. При этом всегда, в любых условиях важнейшее значение имеет качественное состояние личного состава армии флота, готовность воинов к решению специфических задач по обеспечению надежной защиты своей страны.

Современная военная наука рассматривает человека и военную

технику в их диалектической взаимообусловленности, выделяя в то же время ведущую роль человека в сооруженной борьбе. Как бы ни были хороши тактико-технические данные оружия и боевой техники, успешное решение боевых задач в настоящее время возможно лишь при наличии всесторонне подготовленных военнослужащих.

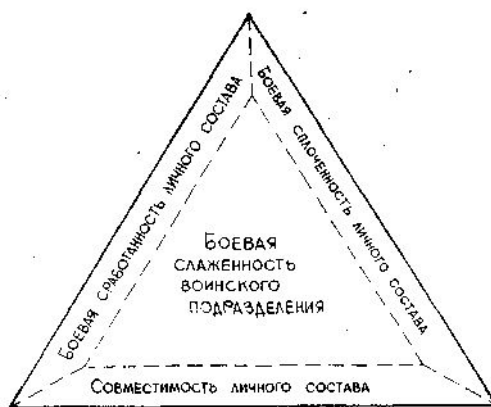


Рис. 4. Структура боевой слаженности воинского подразделения

Для комплексной характеристики качественного состояния военнослужащих, как и различных воинских формирований, наиболее широко используются такие понятия, как «боеспособность» («боевое состояние») и «боеготовность».

Боеспособность, или боевое состояние, — это совокупность различных показателей, отображающих возможности военнослужащих вести

боевые действия, выполнять боевые задачи.

Боеготовность — это такое боевое состояние военнослужащих, которое полностью соответствует требованиям современного боя, обеспечивает успешное выполнение боевых задач.

Боеспособность (боевое состояние) и боеготовность военнослужащих имеют одинаковую структуру. Отличие между ними заключается в уровне развития тех или иных признаков, в степени соответствия их требованиям боевой деятельности.

Основываясь на данных, имеющихся в научной литературе, и исходя из многолетней практики боевой подготовки войск, можно утверждать, что боеспособность (боевое состояние) каждого военнослужащего структурно состоит из четырех основных компонентов: морально-политического, военно-специального, психического, физического состояния. Боевая готовность военнослужащих, следовательно, представляет собой сплав таких компонентов (сторон), как морально-политическая,

военно-специальная, психическая и физическая готовность (рис. 5).

Морально-политическая готовность — это состояние идейной убежденности, политической сознательности и нравственной воспитанности военнослужащего, которое обеспечивает необходимое мировоззрение, беспредельную преданность своему народу, способность до конца выполнить в бою воинский долг по защите Родины.

Военно-специальная готовность — это состояние военно-специальной обученности военнослужащего, обеспечивающее эффективное использование оружия и боевой техники в самых сложных условиях современного боя.

Психическая готовность — это состояние умственных, волевых и эмоциональных элементов психики военнослужащего, обеспечивающее высокую эффективность и надежность военно-профессиональной деятельности.

Физическая готовность — это функциональные возможности, позволяющие военному специалисту

успешно выполнять боевые задачи (Б.В. Ендальцев, 2002). Они могут быть сформированы в процессе физической подготовки, индивидуальной жизни, унаследованы.

Физическую готовность военнослужащих обеспечивают функциональные возможности, определяемые по состоянию основных физиологических систем или по результатам выполнения двигательных тестов, обоснованных в ряде исследований (Б.В. Ендальцев, 1986, 1994 и др.).

Функциональные возможности организма тесно связаны с уровнем физической подготовленности. По показаниям физической подготовленности, в первую очередь физической выносливости, можно судить о функциональных возможностях организма человека. Это дает основание для вывода о том, что физическая подготовка, обеспечивающая физическую готовность военнослужащих, занимает важное место в системе боевого совершенствования войск, является необходимой ее частью.

Важно подчеркнуть, что боеготовность военнослужащих может быть обеспечена только при достаточной подготовленности их во всех отношениях. Никакой из элементов, даже при максимальной степени его развития, не способен в современных условиях компенсировать низкий уровень других слагаемых боевой готовности. В связи с этим нельзя ни в коей мере приуменьшать или недооценивать значение любого из них, в том числе и показателей физической готовности военнослужащих.

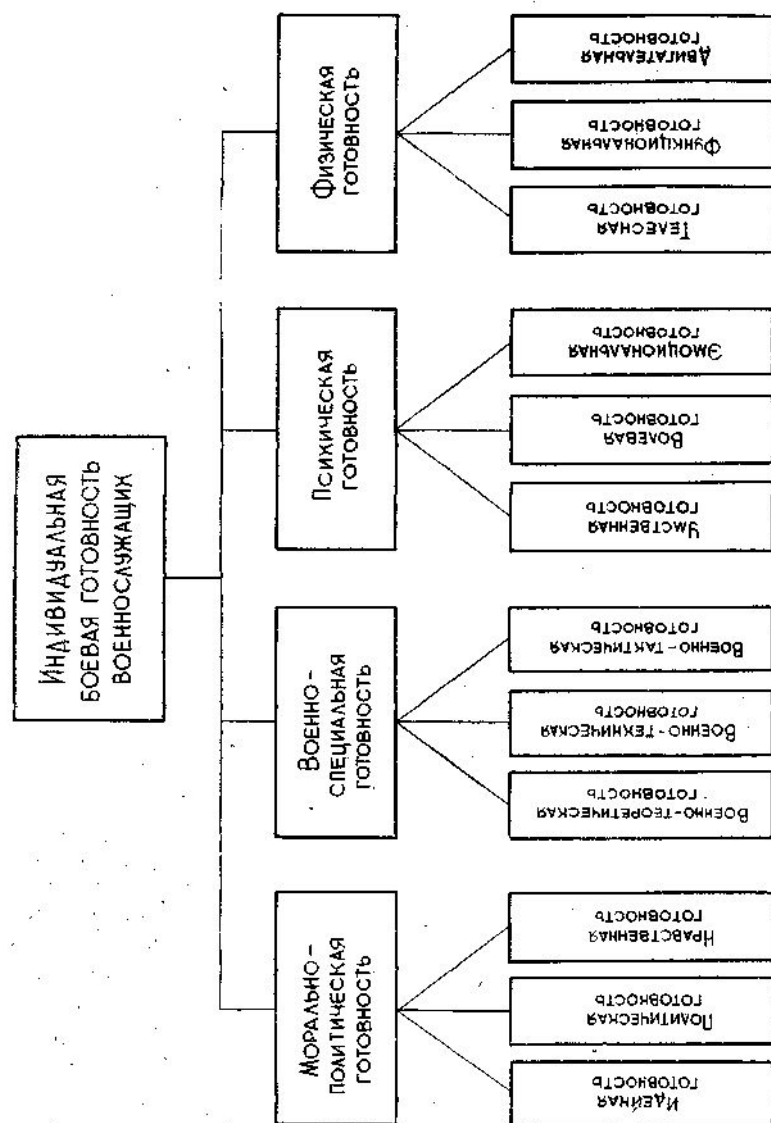


Рис. 5. Структура индивидуальной боевой готовности военнослужащих

Роль физического состояния военнослужащих в обеспечении их готовности к боевой деятельности

Научные данные, опыт войн и повседневной деятельности войск показывают, что физическое развитие, функциональное состояние организма и физическая подготовленность военнослужащих положительно влияют на многие показатели боеспособности личного состава, эффективности профессиональной деятельности. Основные составляющие физического состояния (физическое развитие, функциональное состояние, физическая подготовленность) тесно взаимосвязаны и проявляются в функциональных возможностях военнослужащего по обеспечению конкретной деятельности.

Так, установлено, что отлично физически подготовленные солдаты и сержанты мотострелковых подразделений в обычных условиях выполняют действия, связанные с маневром на поле боя, почти на 20% быстрее, чем слаб физически подготовленные. В ходе наступления под влиянием нагрузок и напряжений эта разница резко увеличивается и достигает

35% и более.

Хорошо физически подготовленные военнослужащие, артиллерийских подразделений по быстроте, точности и сноровке действий у орудий значительно превосходят слабо физически подготовленных (приведение орудий в боевое походное положение, наводка и заряджение орудий, подноска боеприпасов на огневую позицию, посадка на тягач и высадка с него). Их преимущество в выполнении различных: военно-профессиональных приемов отмечается в учебной обстановке и заметно возрастает под влиянием нагрузок напряжений, испытываемых в условиях, приближенных боевым (рис. 6). За время, которое затрачивают слабо физически подготовленные орудийные расчеты для приведения орудия из походного в боевое положение, хорошо физически подготовленные расчеты могут не только выполнить этот маневр, но и дополнительно произвести до трех прицельных; выстрелов. Под влиянием физических нагрузок эта разница увеличивается более чем в два раза. При ведении огня на предельных режимах

хорошо физически подготовленные номера расчета способны произвести в среднем на 20% больше заряданий, чем слабо физически подготовленные.

Уровень физической подготовленности существенно сказывается на боеспособности танкистов и водителей боевых и транспортных машин. Отлично физически подготовленные танкисты значительно быстрее, чем слабо физически подготовленные, выполняют приемы, связанные с ведением огня. При многодневных действиях в наступлении первые в основном сохраняют быстроту и точность ведения огня из танка, а вторые снижают свои показатели почти в два раз! В ходе многодневных действий в наступлении отмечается значительное преимущество отлично физически подготовленных танкистов в точности вождения танков по установленной трассе. Экспериментальные данные показывают также, что высокий уровень физической подготовленности позволяет и водителям автомобилей не только быстрее выполнять действия, связанные с обслуживанием машины, но и более

эффективно, быстро и точно управлять машиной в сложных условиях (рис. 7).

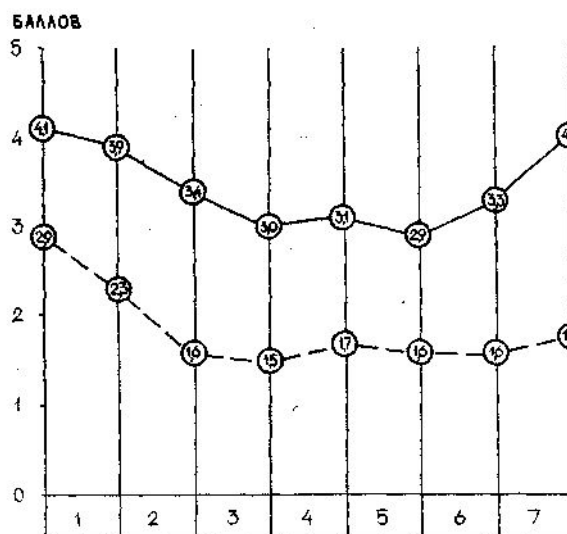


Рис. 6. Показатели выполнения военно-профессиональных приемов и действий в процессе многодневных тактических учений артиллеристами с различным уровнем физической подготовленности (по Л. А. Вейднер-Дубровину)

Условные обозначения: сплошная линия — оценка артиллеристов, отлично физически подготовленных; пунктирная линия — оценка неудовлетворительно физически подготовленных.

Основные этапы тактических учений:

1 — марш в район сосредоточения; 2 — оборудование огневых позиций; 3 — дооборудование огневых позиций; 4 — преодоление первой полосы обороны противника; 5 — преодоление второй полосы обороны противника; 6 — боевая стрельба; 7 — обратный марш

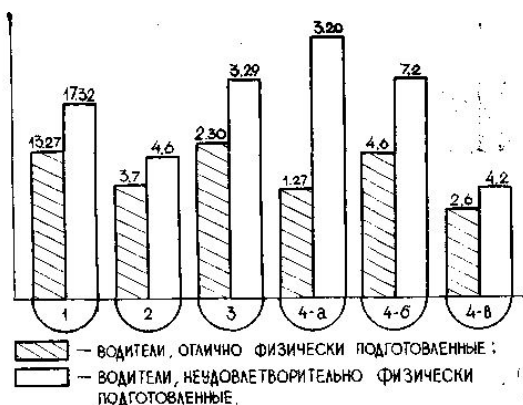


Рис. 7. Некоторые показатели выполнения военно-профессиональных приемов и действий водителями с различным уровнем физической подготовленности (по Л. А. Вейднер-Дубровину)

Условные обозначения: 1 — комплекс действий по обслуживанию машины (мин и с); 2 — вождение машины по «восьмерке» (количество сбитых вех); 3 — вождение машины по 400-метровой трассе (мин и с); 4 — разворот машины в узком месте (4-а — время — мин и с; 4-б — количество заездов; 4-в — количество сбитых вех)

От физического состояния летчиков в немалой степени зависит эффективность воздушной стрельбы и использования ими разнообразных современных средств

защиты (противоперегрузочных и высотнокомпенсирующих костюмов, кислородного оборудования и др.).

Исследованиями установлено, что отлично физически подготовленные матросы и старшины более быстро и точно выполняют военно-специальные приемы на корабле, чем слабо физически подготовленные. Это особенно важно потому, что в большинстве случаев от быстроты и точности выполнения военнослужащими этих приемов и действий во многом зависит и быстрота выполнения соответствующие маневров или боевых задач всем кораблем. Например, даже незначительное снижение подводниками в результате повышения их физической подготовленности времени спуска в рабочий люк заметно ускоряет маневр срочного погружения лодки, что при современных средствах обнаружения и противолодочной обороны имеет жизненно важное значение.

Таким образом, большое значение различных показателей физического состояния военнослужащих в структуре их готовности к боевой деятельности

неоспоримо.

Боевая готовность военнослужащих — это целостное образование, характеризующееся тесной взаимосвязью и взаимообусловленностью всех своих сторон. Поэтому выделение отдельных параметров данного явления в специфические виды готовности носит в значительной мере условный характер. Однако это позволяет более четко представить сущность и структуру системы боевого совершенствования войск.

Боевое совершенствование войск направлено на формирование и поддержание на требуемом уровне необходимого качественного состояния каждого военнослужащего, а также боевой слаженности воинских подразделений.

Повседневный процесс боевого совершенствования военнослужащих в воинских частях и подразделениях зачастую именуется учебно-боевой деятельностью. Учебно-боевая деятельность войск в мирное время включает: боевую подготовку; выполнение определенных боевых задач

(несение боевого дежурства, осуществление службы в карауле и др.); уход за вооружением и боевой техникой; утреннюю физическую зарядку; спортивно-массовую работу и другие мероприятия согласно распорядку дня воинских частей соответствующих видов Вооруженных Сил.

Для большинства воинских частей армии и флота основное содержание учебно-боевой деятельности составляет боевая подготовка военнослужащих, главным образом включающая учебные занятия по различным предметам боевой подготовки, а также тактические (тактико-специальные) учения.

Одним из основных предметов боевой подготовки войск является физическая подготовка, представленная в вид; учебных занятий, направленных на физическое совершенствование военнослужащих.

ФУНКЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОЙСК

Функции — это те или иные возможности, которыми обладает физическая подготовка по воздействию на

личный состав, по влиянию на соответствующие стороны процесса боевого совершенствования войск по достижению каких-либо конкретных результатов. Функции физической подготовки носят объективный характер. Вместе с тем, степень их реализации на практике в значительной мере обуславливается эффективностью управленческой и педагогической деятельности различных должностных лиц, отвечающих за руководство, организацию, обеспечение и проведение физической подготовки с личным составом.

Физическая подготовка (как составная часть системы боевого совершенствования войск) должна обеспечивать физическую готовность военнослужащих к боевой деятельности, т.е. формировать и поддерживать на требуемом уровне показатели их физического развития, функционального состояния организма и физической подготовленности. Кроме того, в процессе физической подготовки у личного состава формируются соответствующие убеждения и потребности, а также

специальные знания и умения, необходимые для целенаправленного и рационального физического совершенствования.

Однако значение физической подготовки не ограничивается вышеизложенным. Оно гораздо шире. Несмотря на специфичность своих средств и методов, физическая подготовка может вполне успешно способствовать решению многих других задач боевого совершенствования личного состава армии и флота. Например, уже давно доказано важное воспитательное значение занятий различными физическими упражнениями.

Служба в Вооруженных Силах, являясь своеобразной жизненной школой для большинства юношей нашей стране, призвана наряду с формированием у них готовности к боевой деятельности всячески содействовать улучшению подготовленности их во всех других отношениях. Тем самым перечень и содержание функций как всей системы боевого совершенствования войск, так и ее составных частей, том числе и физической подготовки, еще более

расширяется.

Физической подготовке войск объективно присущи такие основные относительно самостоятельные функции, как образовательная, развивательная (развивающая), воспитательная, оздоровительная и слаживательная (слаживающая). Они вытекают из специфики педагогических и иных возможных воздействий физической подготовки на личный состав.

Образовательная функция включает формирование и совершенствование у военнослужащих двигательных навыков, привитие им теоретических знаний и организаторско-методических умений, а также совершенствование различных военно-специальных и трудовых знаний, навыков и умений.

Развивательная функция включает, улучшение у военнослужащих антропометрических показателей, развитие и совершенствование физических и специальных качеств.

Воспитательная функция включает совершенствование морально-политических и психических качеств, воспитание у военнослужащих

убежденности в важном значении физической подготовки для повышения боеспособности войск, формирование потребности в систематических занятиях физическими упражнениями.

Оздоровительная функция включает улучшение функционального состояния организма военнослужащих, укрепление их здоровья, закаливание, восстановление работоспособности после ранений, болезней, травм и различных поражений.

Слаживательная функция включает сплочение личного состава воинских подразделений, формирование совершенствование у военнослужащих навыков в коллективных действиях.

Физическая подготовка, кроме того, может вполне успешно влиять на ускорение адаптации молодых воинов условиям службы в армии и на флоте, использоваться для повышения эффективности военно-профессионального отбора военнослужащих и сокращения сроков обучения и по специальности, обеспечивать продление профессионального долголетия офицеров и др.

Вышеперечисленные функции в той или иной мере присущи и другим составным частям системы боевого совершенствования войск, другим предметам боевой подготовки военнослужащих. Поэтому их выделение дает возможное рассмотреть значение физической подготовки преимущественно в общетеоретическом плане. Оно не позволяет дифференцировать все функции физической подготовки по степени их значимости с учетом специфики и реальных возможностей процесса физического совершенствования военнослужащих.

Все функции физической подготовки подразделяются на две группы: 1) *специфические*, отражающие необходимость формирования всех показателей физической готовности военнослужащих и привития соответствующих убеждений, потребностей, знаний и умений в этой области; 2) *неспецифические*, направленные, во-первых, на совершенствование других слагаемых боеготовности личного состава и, во-вторых, на усиление подготовленности

военнослужащих к цивилизованному образу жизни. Такое деление функций дает возможность рассмотреть значение физической подготовки в конкретно прикладном смысле и сформулировать ее конкретные задачи, являющиеся субъективным отображением соответствующих функций. Функции физической подготовки реализуются с учетом направленности различных этапов военно-профессиональной деятельности военнослужащих, в зависимости от уровня сформированности соответствующих показателей их боевого состояния. В связи с этим на первый план могут выдвигаться то одни, то другие функции. Однако всегда главным для физической, подготовки будет осуществление специфических функций, так как именно они определяют ее основное предназначение как составной части системы боевого совершенствования войск, обуславливают самостоятельное ее функционирование в качестве одного из основных предметов боевой подготовки личного состава армии и флота.

Аналогичный подход, в принципе,

должен быть к определению функций и всех других составных частей системы боевого совершенствования войск. Обеспечивая требуемый уровень соответствующих слагаемых боевой готовности личного состава, все они должны активно содействовать формированию и поддержанию физической готовности военнослужащих к боевой деятельности. К сожалению, в теории и практике боевой подготовки личного состава армии и флот; это в настоящее время реализуется недостаточно.

Функции физической подготовки наиболее полно проявляются в трех взаимосвязанных направлениях: 1) в совершенствовании различных показателей боеспособности личного состава; 2) в повышении эффективности процесса боевого совершенствования войск; 3) в поддержании и восстановлении боеспособности военнослужащих.

Данные направления, а также воздействие физической подготовки на формирование готовности воинов к цивилизованному образу жизни в

совокупности и определяют общее значение физической подготовки как важной и неотъемлемой составной части системы боевого совершенствования войск. Если воздействие физической подготовки на физическое состояние военнослужащих в большинстве случаев как говорится, видно невооруженным глазом, то ее влияние на другие стороны боеспособности личного состава зачастую бывает скрыто от прямого наблюдения. Здесь роль физической подготовки более сложна, ее связи с различными видами военно-профессиональной деятельности обычно проявляются опосредованно. Это требует научного анализа и объяснения соответствующих закономерностей.

КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ И ВОПРОСЫ

1. Раскройте структуру боевой готовности войск и покажите в ней место физической готовности военнослужащих.
2. Докажите, что физическая подготовка является неотъемлемой составной частью системы боевого совершенствования войск.

3. Какова роль физического состояния военнослужащих в обеспечении их готовности к боевой деятельности?

4. В чем заключаются специфические и неспецифические функции физической подготовки и ее значение в системе боевого совершенствования войск?

